





对于个人而言，没有什么应该不应该。我相信一条真理：**人活在这个世界上，就是会踩到狗屎。这和你是谁，怎么走的路，是否小心谨慎，一点关系都没有。**你做个好人，不等于你就可以豁免于莫名其妙的攻击和嫉恨。对于某些人而言，不需要你具体做什么，你的存在对于他们就算是一种冒犯。所以，不应该有那种“凭什么是我来遭受这种事情”的念头，这就像是打雷下雨一样，算是一种生活中的自然现象。能够这样去接受和面对，就不会感到太多委屈和伤害。踩了狗屎怎么办？当然是洗鞋子，还能怎么办？难道和狗屎去打一架么？

最后，我认为也是最重要的一点，那就是不要愤怒。无论面对怎样的毁谤，都需要保持内心的平和冷静。尤其是如果你打算要反击的话，就更需要内心平和。只有内心足够平和，你的理性才能正常运转，也才能理解对方的用意，找寻对方的弱点，然而给与精准的反击。一旦陷入愤怒的情绪里，你的判断和行为就不再受到控制，就像是一头牛被人穿上了鼻环，要你去哪里你就跟着去哪里。在任何时候，你都很难攻击一个平静的人，因为平静本身就象征着心理上的优势和强势，如同仰头攻山。**职业选手和业余选手之间的最大差别，并不在于技巧，而在于内心平和这一点。即便做不到内心平和，装也要装作表面平和，这样能够加速对方的放弃。**

即便作为业余选手，如此训练自己的内心也是有很大好处的。人可以像山一样不动，即便什么都不做，也没有谁能够撼动。但是，如果山决定要动一下，那么它自己就能让自己崩裂坍塌。**大多数时候，人不能被人举起来摔在地上，人都是自己被自己的重量所绊倒的。**

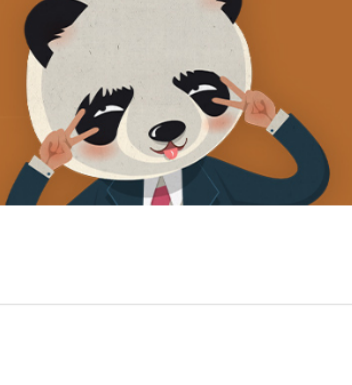
划重点 添加到笔记

- 1.喜欢毁谤他人的人，一般都是职业选手。
- 2.道理人人都能听得懂，也都能听得进去，但事到临头人们却很难控制住自己。红布一招，立即还是变成一头公牛。
- 3.如果是感觉到恼怒，说明自己的确存在可以改进的地方，倒没有必要立即去生气。
- 4.人活在这个世界上，就是会踩到狗屎。这和你是谁，怎么走的路，是否小心谨慎，一点关系都没有。

和菜头·成年人修炼手册

作为成年人的300个基本

版权归得到App所有，未经许可不得转载



← 前一篇

如此好文章，快分享给需要的朋友吧！

微信

朋友圈

用户留言

默认

最新

只看作者回复



正在加载...

写留言，与作者互动

